



# K-TAPING W LOGOPEDII

Metoda plastrowania dynamicznego (ang. *kinesiotaping*) jest dobrze znana i chętnie wykorzystywana przez fizjoterapeutów. Od niedawna stosują ją także logopedzi. K-taping jest metodą wspierającą inne terapie. Plaster działa, dopóki pacjent ma go na sobie, a nawet dłużej. Terapia nie kończy się więc z chwilą wyjścia pacjenta z gabinetu.

Ideą działania elastycznych taśm jest wpływ na funkcję mięśni bez ograniczania ich ruchomości. Aplikacje mają działanie stymulujące lub rozluźniające mięśnie oraz aktywujące układy uśmierzające ból. Działają stymulująco na układ limfatyczny poprzez uniesienie skóry, dzięki czemu chłonka lepiej spływa do układu chłonnego.

Elastyczność taśmy jest praktycznie taka sama jak rozciągliwość ludzkich mięśni. Długość trwania aplikacji jest dostosowana do indywidualnych potrzeb i zależy od zaleceń przeszkolonego terapeuty. W niektórych przypadkach aplikacja utrzymuje się nawet do dwóch tygodni. Plastry na twarzy stosuje się zazwyczaj krócej. Przy posługiwaniu się taśmami zaleca się robienie przerw. Sama terapia jest jednak długoterminowa.

## WSKAZANIA DO STOSOWANIA K-TAPINGU:

- nieprawidłowe napięcie mięśniowe,
- problemy z połykaniem,
- ból,
- nadmierne ślinienie,
- wspomaganie oddechu,
- poprawa mechaniki żuchwy,
- porażenie nerwu twarzowego,
- wspieranie wyprostu,
- stabilizacja żuchwy,
- neuralgie nerwu trójdzielnego,
- zmniejszenie blizn.

## PRZECIWSKAZANIA

Do podstawowych należą m.in. rany, podrażnienia, uczulenia, alergię. Przed zastosowaniem aplikacji należy zapoznać się z historią medyczną pacjenta, przeanalizować wyniki jego badań. Nie zaleca się stosowania plastrów u osób przyjmujących leki rozrzedzające krew. Aplikację naklejamy na zdrową, czystą i suchą skórę. Taśmy można stosować u noworodków, dzieci oraz dorosłych.

## Studium przypadku – praktyczne wykorzystanie k-tapingu

Pierwszym dzieckiem, któremu zaproponowałam korzystanie z taśm, był Wojtek (wiek: 1,5 roku) z trisomią 21. Wcześniej korzystał już z różnych technik plastrowania dynamicznego na ciele, stosowanych przez jego fizjoterapeutę.

## APLIKACJE ZASTOSOWANE U WOJTKA:

**Aplikacja stymulująca mięsień okrężny ust** – spowodowała lepsze zamykanie szpary ust oraz wysuwanie warg do przodu.

Lekki skurcz tego mięśnia powoduje zwanie warg, a mocniejszy pozwala stworzyć ryjek.

**Hipersaliwacja** – aplikacja powięziowa na nadmierne ślinienie. Dodatkowo stosuje taśmę cross-tape w miejscu ślinianek. Cross-tape blokuje wydzielanie śliny w punktach spustowych. Działa niemal od razu.

Obie techniki wpływają również na nasadę języka, zapobiegając jego wysuwaniu.

**Domknięcie ust** – u dzieci z trisomią 21 buzia jest często otwarta. Aplikacja daje dziecku impuls i stymuluje okolice mięśnia bródkowego, który unosi brodę, a także dolną wargę. Rozpoczyna się na linii żuchwy, a następnie wnika w skórę brody.

Mama Wojtka bardzo szybko zauważyła, że chłopiec przestał się ślinić. Kombinacja technik na mięsień okrężny oraz domknięcie ust wzmocniła pracę tych mięśni. W konsekwencji nastąpiła poprawa funkcji fizjologicznych: umożliwiła picie oraz zbieranie pokarmu z łyżeczki.

## NASTĘPNYM CELEM BĘDZIE KOREKCJA USTAWIENIA ŻUCHWY

U niektórych dzieci stosuje się aplikację na noc, wówczas dzieci nie odkleją taśm. Jednak mają one taką właściwość, że działają nawet po zdjęciu. Przy wyborze aplikacji dla pacjenta zastanawiamy się, co jest dla niego w danym momencie najważniejsze. Nie zaleca się jednoczesnego stosowania wielu aplikacji. Taśmy często są stosowane tylko na czas ćwiczeń logopedycznych i po terapii zdejmowane. Do 30 min. klej nie jest jeszcze bardzo aktywny, dlatego udaje się bezboleśnie usunąć aplikację.

Plastrowanie dynamiczne to skuteczna terapia przynosząca długotrwałe efekty. Kiedyś korzystali z niej głównie fizjoterapeuci, dziś z powodzeniem stosują ją również logopedzi. Zastosowanie technik k-tapingu daje ogromne możliwości w pracy z noworodkami, dziećmi, a także osobami dorosłymi. Jest to dziedzina, która ciągle się rozwija. Aktualnie trwają badania nad nowymi aplikacjami, m.in. aplikacje przy dyfagii oraz zaburzeniach mowy. Być może wkrótce poznamy nowe techniki aplikacji. Aby bezpiecznie stosować aplikacje, należy bezwzględnie ukończyć szkolenie.

### Katarzyna Jarzębska

Neurologopeda, terapeuta Koncepcji Castillo Moralesa®, absolwentka 5-letnich studiów na Akademii Pedagogiki Specjalnej na kierunku: Pedagogika specjalna, Logopedia, a także Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w zakresie emisji głosu. Założycielka Gabinetu Intensywnej Terapii Neurologopedycznej LogoMedika w Warszawie.

#### Literatura:

- Kumbriak B., *K-Taping Academy*®, Springer, Heiderberg 2013.